

# AccuWeight

## CYFROWA WAGA ŁAZIENKOWA IC272

### Lider w dziedzinie wag łazienkowych Instrukcja obsługi

Dziękujemy za zakup cyfrowej wagi łazienkowej Accuweight. Wszystkie nasze precyzyjne urządzenia do pomiaru masy ciała są projektowane i konstruowane z myślą o spełnieniu najwyższych standardów jakości, aby zapewnić Państwu lata bezkompromisowej dokładności i niezmiennie niezawodnego, wygodnego działania. Prosimy o dokładne zapoznanie się z niniejszą instrukcją przed użyciem. Instrukcję należy zachować do wykorzystania w przyszłości.

## Instalacja baterii

1. Ta waga działa na 1 baterii litowej "CR2032" (zainstalowanej fabrycznie). Uwaga: Jeśli niedawno otrzymałeś swoją wagę, nie będziesz musiał instalować baterii.
2. Wykręć śrubę (lub śruby) z pokrywy komory baterii na spodzie wagi i zdejmij pokrywę.
3. Wyjmij starą baterię z komory (fabrycznie zainstalowana).
4. Umieść nową baterię (nie dołączoną do zestawu) znakiem "+" do góry w komorze baterii.
5. Załóż z powrotem pokrywę komory baterii i śrubę(y).
6. Wymień baterie, jeśli na wyświetlaczu pojawi się napis "Lo" lub odczyty staną się niewyraźne lub nieregularne.

**UWAGA:** prosimy o recykling lub utylizację baterii zgodnie z lokalnymi przepisami.

**OSTRZEŻENIE:** Baterie mogą stanowić zagrożenie dla zdrowia i życia. Nie należy pozwalać dzieciom na zabawę bateriami.

**PRZESTROGA:** Nie wrzucaj baterii do ognia. Baterie mogą eksplodować lub wyciekać. Wyjmij baterie, jeśli waga nie będzie używana przez dłuższy czas.

## Umieszczenie wagi łazienkowej

### **OSTRZEŻENIE:**

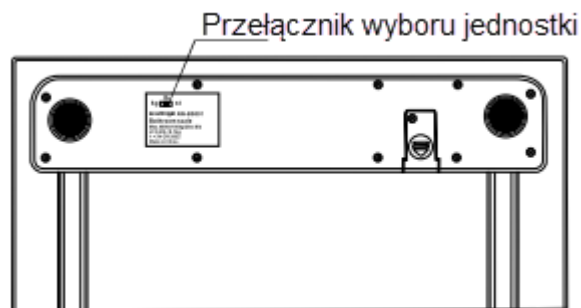
Nie umieszczaj wagi na dywanie, ponieważ spowoduje to, że odczyty będą niedokładne i niespójne.

Dla najbardziej dokładnych odczytów, zdecydowanie zalecamy umieszczenie wagi łazienkowej na twardej, równej powierzchni. Aby uzyskać najlepsze wyniki, zalecamy umieszczenie wagi na powierzchniach takich jak: płytki ceramiczne, twarde drewno, kamień lub beton.

## Ogólna operacja ważenia

1. Instrukcja instalacji znajduje się w części "Instalacja baterii" niniejszej instrukcji. Ponadto, niektóre modele mają naklejkę statyczną na soczewce, aby zapobiec zarysowaniu. Należy ją usunąć przed użyciem.
2. Waga została ustawiona fabrycznie do odczytu wagi w funtach (lb). Możesz wybrać jednostki miary kilogram (kg) lub kamień (st lb) (1 kamień = 14 funtów), naciskając przycisk na wadze.
3. Proszę umieścić wagę na płaskiej, twardej powierzchni. Wykładziny dywanowe lub nierówne podłogi mogą wpłynąć na dokładność.
4. Wejdź na wagę (nie zważając na odczyt) i zejź z niej. Proces ten zapewnia, że waga jest ustawiona i gotowa do użycia. Rób to zawsze, gdy waga jest przenoszona. W każdym innym przypadku należy wejść bezpośrednio na wagę.
5. Wejdź na platformę wagi i pozostań nieruchomo. Wyświetlacz będzie odliczał do Twojej wagi. Twoja waga jest teraz wyświetlana.

6. Waga wyłączy się automatycznie po około 10 sekundach.



### **W przypadku trudności**

1. Ustaw stopy w tej samej pozycji za każdym razem, gdy się ważysz. Stój nieruchomo podczas pomiaru.
2. Jeśli to możliwe, waż się bez ubrania. Ubrania mogą mieć różną wagę.
3. Przenieś wagę w miejsce, w którym nie będzie ona obijana. Jeśli waga zostanie uderzona podczas aktywacji lub podczas użytkowania, może wystąpić niedokładny odczyt.
4. Aby uzyskać najbardziej spójne odczyty, waż się o tej samej porze dnia. Pozwól na funkcje ważenia spowodowane jedzeniem lub podczas w twoim systemie.
5. Maksymalna nośność tej wagi wynosi 400 lbs / 180 kgs / 28 st 8 lbs. Jeżeli podczas ważenia na wyświetlaczu pojawi się "0\_Ld", oznacza to, że przekroczona została maksymalna nośność wagi. Natychmiast usunąć wagę; w przeciwnym razie może dojść do trwałego uszkodzenia.

### **Środki ostrożności**

1. Czyść odsłonięte części miękką, lekko wilgotną szmatką. Do usuwania plam należy używać łagodnego mydła. Nigdy nie używaj detergentów, nadmiaru wody, impregnowanych ściereczek, ostrych środków czyszczących lub sprayów. Nie należy próbować smarować ani otwierać obudowy wagi, ponieważ spowoduje to utratę gwarancji.
2. Mimo że waga została zaprojektowana jako bezobsługowa, zawiera wrażliwe części elektroniczne. Unikaj szorstkiego traktowania. Nie upuszczaj, nie kop, nie skacz na nią. Traktuj ją z troską, aby zapewnić najlepsze działanie.
3. Ta waga jest przeznaczona do odczytywania ciężarów w zakresie od 11 do 400 funtów / 5 do 180 kg / 0 st. 11 lbs do 28 st. 8 lbs. Aby zapobiec uszkodzeniu, nie umieszczaj na niej więcej niż 400 lbs / 180 kg / 28 st 8 lbs.
4. Nie przechowuj wagi tam, gdzie przechowujesz chemikalia do czyszczenia. Opary z niektórych produktów gospodarstwa domowego mogą wpływać na komorę elektroniczną Twojej wagi. Nie przechowuj wagi na jej boku.
5. Ta waga jest niezwykle czułym urządzeniem ważącym. Aby zapobiec wyczerpaniu baterii, nie przechowuj niczego na wadze.

6. Nie wyrzucaj baterii do ognia. Bateria może eksplodować lub wyciec. Wyjmij baterie, jeśli waga nie będzie używana przez dłuższy okres czasu.

## Osiągnięcie wagi docelowej

Utrzymanie prawidłowej wagi ciała jest niezbędne do prowadzenia zdrowego trybu życia. Otyłość została powiązana z wyższym ryzykiem chorób serca, cukrzycy i niektórych form raka. Wskaźnik masy ciała (BMI) jest najszerzej akceptowanym pomiarem wagi według specjalistów w dziedzinie zdrowia.

Użyj poniższego wykresu, aby określić swój własny BMI, dopasowując swój wzrost w lewej kolumnie do swojej wagi w środku. Każdy, mężczyzna lub kobieta, z BMI od 25 do 29 jest uważany za osobę z nadwagą, a wskaźnik masy ciała wynoszący 30 jest uważany za otyły. Pamiętaj, aby dobrze się odżywiać i ćwiczyć.

## Wskaźnik masy ciała

(cm)	masa ciała (kg)						nadwaga (kg)					otyłość (kg)					
	41	44	45	48	50	52	54	56	59	61	63	65	67	69	72	73	76
<b>147</b>	41	44	45	48	50	52	54	56	59	61	63	65	67	69	72	73	76
<b>150</b>	43	45	47	49	52	54	56	58	60	63	65	67	69	72	74	76	78
<b>152</b>	44	46	49	51	54	56	58	60	63	65	67	69	72	74	76	79	81
<b>155</b>	45	48	50	53	55	58	60	62	65	67	69	72	74	77	79	82	84
<b>157</b>	47	49	52	54	57	59	62	64	67	69	72	74	77	79	82	84	87
<b>160</b>	49	51	54	56	59	61	64	66	69	72	74	77	79	82	84	87	89
<b>163</b>	50	53	55	58	61	63	66	68	71	74	77	79	82	84	87	89	93
<b>165</b>	52	54	57	60	63	65	68	71	73	76	79	82	84	87	90	93	95
<b>168</b>	54	56	59	62	64	67	70	73	76	78	81	84	87	90	93	95	98
<b>170</b>	55	58	61	64	66	69	72	75	78	81	84	87	90	93	96	98	101
<b>173</b>	57	59	63	65	68	72	74	78	80	83	86	89	92	95	98	101	104
<b>175</b>	58	61	64	68	70	73	77	80	83	86	89	92	95	98	101	104	107
<b>178</b>	60	63	66	69	73	76	79	82	85	88	92	95	98	101	104	107	110
<b>180</b>	62	65	68	71	75	78	81	84	88	90	94	98	101	104	107	110	113
<b>183</b>	64	67	70	73	77	80	83	87	90	93	97	100	103	107	110	113	117
<b>185</b>	65	68	72	75	79	83	86	89	93	96	99	103	107	110	113	117	120
<b>188</b>	67	70	74	78	81	84	88	92	95	99	102	106	109	113	116	120	123
<b>191</b>	69	73	76	80	83	87	90	94	98	102	105	109	112	116	120	123	127
<b>193</b>	71	74	78	82	86	89	93	97	100	104	108	112	115	119	123	127	130
	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>32</b>	<b>33</b>	<b>34</b>	<b>35</b>

Wzrost (cale)	masa ciała (funty)						nadwaga (funty)					otyłość (funty)							
	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76
58	91	96	100	105	110	115	119	124	129	134	138	143	148	153	158	162	167		
59	94	99	104	109	114	119	124	128	133	138	143	148	153	158	163	168	173		
60	97	102	107	112	118	123	128	133	138	143	148	153	158	163	168	174	179		
61	100	106	111	116	122	127	132	137	143	148	153	158	164	169	174	180	185		
62	104	109	115	120	126	131	136	142	147	153	158	164	169	175	180	186	191		
63	107	113	118	124	130	135	141	146	152	158	163	169	175	180	186	191	197		
64	110	116	122	128	134	140	145	151	157	163	169	174	180	186	192	197	204		
65	114	120	126	132	138	144	150	156	162	168	174	180	186	192	198	204	210		
66	118	124	130	136	142	148	155	161	167	173	179	186	192	198	204	210	216		
67	121	127	134	140	146	153	159	166	172	178	185	191	198	204	211	217	223		
68	125	131	138	144	151	158	164	171	177	184	190	197	203	210	216	223	230		
69	128	135	142	149	155	162	169	176	182	189	196	203	209	216	223	230	236		
70	132	139	146	153	160	167	174	181	188	195	202	209	216	222	229	236	243		
71	136	143	150	157	165	172	179	186	193	200	208	215	222	229	236	243	250		
72	140	147	154	162	169	177	184	191	199	206	213	221	228	235	242	250	258		
73	144	151	159	166	174	182	189	197	204	212	219	227	235	242	250	257	265		
74	148	155	163	171	179	186	194	202	210	218	225	233	241	249	256	264	272		
75	152	160	168	176	184	192	200	208	216	224	232	240	248	256	264	272	279		
76	156	164	172	180	189	197	205	213	221	230	238	246	254	263	271	279	287		
	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>32</b>	<b>33</b>	<b>34</b>	<b>35</b>		

### Wskaźnik masy ciała

#### Importer:

AZE Sp. z o.o. sp. k.

Długa 29

55-040 Królikowice

[info@thermopro.pl](mailto:info@thermopro.pl)

[www.thermopro.pl](http://www.thermopro.pl)